

pilates K 南草津店

【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール

2025/09/14 更新

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿
Hinako.K		Haruka.N	Hinako.K	Honoka.K		Honoka.K	Hinako.K
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Release&Strength	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	jump to burn
Ayu		Honoka.K	Ayu	Haruka.N		Ayu	Ayu
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
		Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Waist 🌿	
		Haruka.N	Hinako.K	Honoka.K		Honoka.K	
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			jump to burn	Basic 🌿			
			Ayu	Haruka.N			
			17:30 ~ 18:30				
			Basic 🌿				
			Hinako.K				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿				Back & Arm 🌿	Basic 🌿
Honoka.K	Haruka.N	Hinako.K				Hinako.K	Haruka.N
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic 🌿	Waist 🌿	jump to burn				Release&Strength	Waist 🌿
Haruka.N	Honoka.K	Ayu				Ayu	Honoka.K
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist 🌿	Basic 🌿	Stretch & Conditioning 🌿				Basic 🌿	Back & Arm 🌿
Honoka.K	Haruka.N	Hinako.K				Hinako.K	Haruka.N

pilates K 南草津店

【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール

2025/09/14 更新

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Stretch & Conditioning 🌿	Waist 🌿	
	Haruka.N	Honoka.K	Haruka.N		Hinako.K	Honoka.K	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Waist 🌿	Basic 🌿	Release&Strength		Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿	
	Honoka.K	Hinako.K	Hinako.K		Haruka.N	Honoka.K	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		Basic 🌿		
	Haruka.N	Honoka.K	Haruka.N		Hinako.K		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Stretch & Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿				
		Hinako.K	Hinako.K				
		17:30 ~ 18:30					
		Back & Arm 🌿					
		Hinako.K					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Waist 🌿	Release&Strength				Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿
Honoka.K	Hinako.K				Honoka.K	Haruka.N	Haruka.N
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿				Basic 🌿	Release&Strength	Back & Arm 🌿
Haruka.N	Honoka.K				Haruka.N	Hinako.K	Haruka.N
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿				Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Stretch & Conditioning 🌿
Honoka.K	Hinako.K				Honoka.K	Haruka.N	Hinako.K

🌿：体験可能レッスン

・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilates K 南草津店

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2025/09/14 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Release&Strength
Haruka.N	Hinako.K	Mai.N		Honoka.K	Haruka.N		Ayu
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Release&Strength	Waist 🌱	Basic 🌱		Stretch & Conditioning 🌱	Waist 🌱		Hip & Leg 🌱
Hinako.K	Honoka.K	Haruka.N		Ayu	未定		Hinako.K
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		jump to burn			Basic 🌱
Haruka.N	Hinako.K	Haruka.N		未定			Ayu
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱					
	Honoka.K	Mai.N					
	17:30 ~ 18:30						
	Stretch & Conditioning 🌱						
	Hinako.K						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🌱				Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	jump to burn	Back & Arm 🌱
Honoka.K				Hinako.K	Honoka.K	未定	Haruka.N
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic 🌱				Waist 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱
Hinako.K				未定	Hinako.K	Hinako.K	未定
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist 🌱				Back & Arm 🌱	jump to burn	Waist 🌱	Basic 🌱
Honoka.K				Hinako.K	未定	Honoka.K	Haruka.N

pilates K 南草津店

【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

2025/09/14 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Waist 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	jump to burn		Hip & Leg 🌱
未定	Haruka.N		Haruka.N	Ayu		Hinako.K
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱
Haruka.N	Honoka.K		未定	Honoka.K		Hinako.K
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱		Basic 🌱			Waist 🌱
未定	未定		Haruka.N			未定
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Back & Arm 🌱	Waist 🌱					
Haruka.N	Honoka.K					
17:30 ~ 18:30						
Basic 🌱						
Haruka.N						
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱
			未定	Hinako.K	未定	未定
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Release&Strength	jump to burn
			Honoka.K	未定	Hinako.K	未定
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
			jump to burn	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱
			未定	Hinako.K	Hinako.K	Haruka.N

🌱 : 体験可能レッスン

・ クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

・ ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

・ レッスン開始時刻1時間前を切っのキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。